



上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院膏方加工实景图

《丹溪心法·不治已病治未病》:

“与其救疗于有疾之后,不若摄养于无疾之先,盖疾成而后药者,徒劳而已。是故已病而不治,所以为医家之法;未病而先治,所以明摄生之理。”

携手岳阳膏方 弘扬丹溪文化

义乌市中医医院竭诚提供优质膏方服务

秋收冬藏,又到一年养生好时节。

进入深秋初冬,天气逐步转冷,万物藏伏;人体与天地相应,精气内涵积蓄,把营养藏于体内,代谢降低,耗费削减。这就像冬季大自然树叶漂荡,腐殖入土,而有了来年的枝繁叶茂。同样的,人们在这个时节进补,能为开春甚至全年的身体健康打下根底。有道“冬至起九,膏方进补”,秋冬是进补的好时光,也是膏方调理的好时节。

膏方是一种具有营养滋补作用的方剂,它是在复方汤剂的基础上,根据人的不同体质、不同临床表现而确立的不同配伍的处方,经过浸泡、煎煮、浓缩、收膏等工序,精制加工而成稠厚的膏剂。膏方以中华民族优秀传统文化为底蕴,彰显着中医药学养生保健的特色和优势,近年来愈发受到广大市民的关注和喜爱。

义乌市中医医院是国家非物质文化遗产保护项目朱丹溪中医药文化的保护单位,也是义乌乃至浙中地区最早开展膏方制作的医院之一,有深厚的群众基础、悠久的历史传承、丰富的制膏经验积淀,又与上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院强强联合,成立上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院岳阳膏方推广基地,致力于以“更高水准、更精工艺、更强疗效”打造义乌中医医院膏方品牌。

膏方有益调治身体 使用需辨识体质

膏方历史悠久,起于汉唐,在《黄帝内经》《金匮要略》中均有记载。其中,《黄帝内经》“春生、夏长、秋收、冬藏”的养生原则,为膏方的应用提供了理论基础。

膏方需在中医理论指导下,以辨证论治为基础,根据病人的体质和病情等综合情况精心组方。其全部制作过程必须严格经过浸泡、煎煮、浓缩、收膏、存放等工序,是融中药、滋补品和相关食品于一炉,按照一人一方、一人一锅而制作出来的膏类制剂,适应了中医临床用药辨证施治的需要,通过辨证与辨病的结合,可随症加减处方,充分体现了中医的整体观念,发挥着方药中多种成分的综合疗效。

因此,膏方可以适合不同体质、不同疾病、不同年龄人群服用,因人处方,量身定做、对症下药。与普通汤剂相比,对疾病和体证的涵盖面更大,能更好地保持药物性能,保存时间长,服用方便。

不过,膏方并不是人人都适合吃,尤其是身体强壮者、脾胃虚弱者、急性感染病人以及腹泻病人,服用膏方会适得其反。那么,哪些人群适合膏方进补呢?

1. 慢性病人。原来患有慢性疾病,冬令季节可以结合病症,一边施补、一边治病,这样对疾病的治疗和康复作用更大。从目前临床应用膏方的情况来看,不但内科病人可以服用膏方,妇科、儿科、外科、伤骨科、五官科的病人都可以服用膏方药。
2. 亚健康者。现代社会中,青年工作压力和劳动强度很大(主要为精神紧张,脑力透支),同时众多的应酬、无度的烟酒嗜好、长期不足的睡眠及休息等,均可造成人体的各项正常生理机能大幅度变化,抗病能力下降,从而使机体处于亚健康状态,这就非常需要适时进行全面整体的调理,膏方方法就是不错的选择。
3. 老年人。老年人由于生理特性,人体的各种机能都将随着年龄的增长而趋向衰退,冬令进补,可以增强体质、提高免疫力。
4. 女性。对于女性来说,脾胃主全身元气,脾胃虚弱,元气不足,就容易造成女性的衰老。若脾胃能正常运转,吸收饮食中的营养,就能充分滋养全身脏器及皮肤腠理,人的抗衰老能力、生命力随之增强,脸部就会红润,皮肤就会充满光泽和弹性。
5. 儿童。小儿根据生长需要可以适当进补,尤其是小儿出现反复呼吸道感染、久咳不愈、厌食、贫血等虚症时,宜于调补。

针对目前膏方开方和制作技术参差不齐的现状,专家也提醒消费者,应尽量到正规、达到膏方制作标准的大医院开膏方,并在医生指导下合理服用。

膏方小课堂

什么季节最适合用膏方?
膏方是滋补之物,四季皆可用膏方调养身体,而以冬季为最佳食用季节,故又有人称其为冬令膏方。对膏方的食用,建议从入冬就可开始,以冬至前后为最关键的调补时间,连续服用至立春,对下一年的身体状况有重要影响。其他季节亦可根据医生的建议运用膏方调养。

什么情况下不适合服用膏方?
新近患有感冒、咳嗽之人,宜暂停服用;肠胃不适者,应停服一、二日,若腹胀可冲服陈皮水等;已明确怀孕后,不建议继续服用膏方;急性病和感染者,慢性病急性发作者,应暂停服用。

进膏注意事项有哪些?
1. 膏方是针对个体状况、体质状况而定的,必须在医生指导下选择服用。
2. 膏方不宜与常服药同时服用,可间隔1-2小时服。

3. 服药期间需要“忌口”,一般应忌食生冷、油腻、辛辣等不宜消化及有特殊刺激性的食物;服滋补性膏方时,不宜过量饮茶;某些膏药还忌食某些食物,如服含人参的膏时忌食生萝卜,服含首乌的膏时忌食猪羊肉及铁剂。

膏方该怎么吃?
服用时每天清晨一匙(20ml左右),开水溶化,空腹服用,也可直接含服。有时为了增强效果,也可早晚各服一次。

上海“岳阳膏方”助力商城百姓健康



享有“宁得一料膏方,不用金玉满车”之美誉的“岳阳膏方”,是上海岳阳医院的特色中医品牌。义乌市中医医院与上海岳阳医院合作,博采众长,守正出新,从专、集、全、细四个方面深度传承与挖掘中医传统疗法,旨在将膏方确实的效用惠及更多百姓。

- 专** 历史悠久 62年制膏史 保留自制传统专业把关 承古法炮制 熬好每一个膏
- 集** 名家荟萃 汇聚众多上海岳阳医院和义乌市中医医院中医专家
- 全** 多学科、多专业细分开膏 8个科36位中医专家为市民辨证施治
- 细** 精品用方
一人一方——针对不同个体辨证处方
一体一方——根据不同体质选配处方
一症一方——注重不同病症对症处方

新闻链接:

- 10月31日,义乌市中医医院在第十四届养生文化节开幕之际推出便民举措送福利。
- 福利一:**2020年10月31日在义乌市中医医院就诊开膏方的,免费快递膏方到家。
- 福利二:**2020年10月31日在义乌市中医医院就诊开膏方的,赠送中医体验券一张(体验项目包括拔罐、刮痧、艾灸、穴位贴敷等,任选其中一项体验一次,不限当日使用)。

本版文图 全媒体记者 柳青 通讯员 方春燕